|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **新北市私立及人小學附設新北市私立幼兒園 112年10月** | | | | | | | | | | | | | |
| **日期** | **星期** | **早 點** | **午 餐** | | | | | | **午 點** | **餐 點 類 別 檢 核** | | | |
| **主食** | **主菜** | **副菜一** | **副菜二** | **湯** | **水果** | **全穀雜糧類** | **豆魚蛋肉類** | **蔬菜類** | **水果類** |
| **2** | **一** | **營養餐包** | **糙米飯** | **白珍珠菇肉絲** | **五味洋芋片** | **時令蔬菜** | **大骨味噌湯** | **時令水果** | **漢堡** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **3** | **二** | **蔥花麵包、牛奶** | **糙米飯** | **蕃茄鮮菇雞丁** | **燴料海劍絲** | **時令蔬菜** | **山粉圓甜湯** | **時令水果** | **綠豆米苔目** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **4** | **三** | **蘿蔔糕** | **糙米飯** | **昆布肉片** | **醬料豆包** | **時令蔬菜** | **莧菜銀魚湯** | **時令水果** | **綜合滷味** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **5** | **四** | **飯糰** | **糙米飯** | **白醬南瓜雞丁** | **三角薯餅** | **時令蔬菜** | **冬瓜魚板湯** | **時令水果** | **紅豆桂圓紫米粥** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **6** | **五** | **海苔壽司** | **糙米飯** | **海味肉片** | **彩繪海根** | **時令蔬菜** | **大骨海芋湯** | **時令水果** | **鮮肉包** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **9** | **一** | **國 慶 日 彈 性 放 假** | | | | | | | | | | | |
| **10** | **二** | **國 慶 日 放 假 一 天** | | | | | | | | | | | |
| **11** | **三** | **鍋貼** | **糙米飯** | **香酥雞球** | **白玉晶鑽** | **時令蔬菜** | **大骨金針湯** | **時令水果** | **香甜銀絲卷** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **12** | **四** | **蔥油餅** | **糙米飯** | **蓮藕肉片** | **蠔油五香干** | **時令蔬菜** | **苦瓜梅菜湯** | **時令水果** | **白芋鮮菇肉羹** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **13** | **五** | **海苔壽司** | **糙米飯** | **梅干細肉** | **白玉魚酥羹** | **時令蔬菜** | **地瓜甜湯** | **時令水果** | **黑糖饅頭** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **16** | **一** | **奶酥麵包** | **糙米飯** | **細肉香菇蝦仁蒸蛋** | **客家小炒** | **時令蔬菜** | **黃豆芽湯** | **時令水果** | **銀魚細肉糙米粥** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **17** | **二** | **紅豆麵包、優酪乳** | **鮭魚肉絲炒飯、香滷四方干** | | | **時令蔬菜** | **白玉丸片湯** | **時令水果** | **枸杞銀耳蓮子湯** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **18** | **三** | **饅頭夾蛋** | **咖哩燴飯、好吃雞卷** | | | **時令蔬菜** | **大骨白玉湯** | **時令水果** | **香菇肉絲米粉湯** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **19** | **四** | **蛋燒餅** | **糙米飯** | **紅燒肉片** | **燴料羅漢** | **時令蔬菜** | **五彩紫菜湯** | **時令水果** | **綠豆芋園甜湯** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **20** | **五** | **海苔壽司** | **糙米飯** | **醡醬肉燥** | **甜不辣** | **時令蔬菜** | **虱目魚丸湯** | **時令水果** | **蔬菜包** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **23** | **一** | **營養餐包** | **白醬海味肉絲炒麵、地瓜薯條** | | | **時令蔬菜** | **蕃茄豆腐湯** | **時令水果** | **漢堡** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **24** | **二** | **克林姆麵包、牛奶** | **糙米飯** | [**豆豉**](https://icook.tw/recipes/80486)**肉片** | **五味木須** | **時令蔬菜** | **帶絲金菇湯** | **時令水果** | **細肉銀魚糙米粥** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **25** | **三** | **蘿蔔糕** | **糙米飯** | **香酥翅腿** | **紅燒豆腐** | **時令蔬菜** | **大骨養生湯** | **時令水果** | **綠豆地瓜甜湯** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **26** | **四** | **飯糰** | **糙米飯** | **蘑菇肉片** | **五味玉米** | **時令蔬菜** | **薑汁南瓜湯** | **時令水果** | **枸杞桂圓小米甜湯** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **27** | **五** | **海苔壽司** | **水餃** | | | | **酸辣湯** | **時令水果** | **鮮肉包** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **30** | **一** | **奶酥麵包** | **糙米飯** | **紅麴醬雞丁** | **芋丁五味** | **時令蔬菜** | **榨菜肉絲湯** | **時令水果** | **香菇肉絲蔬菜關廟麵** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **31** | **二** | **蔥花麵包、牛奶** | **糙米飯** | **回鍋肉片** | **白玉甜不辣** | **時令蔬菜** | **大骨玉米湯** | **時令水果** | **紅豆湯圓** | **v** | **v** | **v** | **v** |

**※本園豬肉食材採用國內在地豬肉**